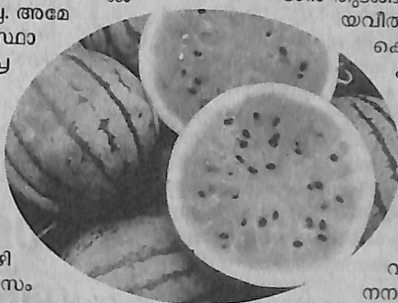


# തണ്ണിമത്തൻ

# പ്രകൃതിദത്ത 'വയാഗ്ര'

വി.എൻ. ഷിബുകുമാർ

വേനലിന്റെ ചൂടും ക്ഷീണവും അകറ്റാൻ തണ്ണിമത്തനെ വെല്ലുന്ന മറ്റൊരു ഭക്ഷണമില്ല. അമേരിക്കയിലെ ഗവേഷണസമാപനങ്ങൾ ഇതിനെ 'പ്രകൃതിദത്ത വയാഗ്ര' എന്നാണ് വിശേഷിപ്പിക്കുന്നത്. മറ്റു പഴങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് ഗ്ലൈസിമിക് ലോഡ് കുറവായതിനാൽ പ്രമേഹരോഗികൾക്കും നിയന്ത്രിത അളവിൽ കഴിക്കാം. കേരളത്തിൽ ഡിസംബർ മുതൽ ജനുവരിവരെയുള്ള കാലയളവിൽ തണ്ണിമത്തൻ നടാം.



## കൃഷിരീതി

വെയിൽ ലഭിക്കുന്ന പശിമരാശിയുള്ള പ്രദേശങ്ങളാണ് ഏറ്റവും ഉത്തമം. ഷുഗർ ബേബി, അർക്കാ ജ്യോതി, കുരുവിലാത്ത സങ്കരയിനങ്ങളായ ഷോണിമ, സ്വർണ എന്നിവയാണ് കേരളത്തിന് പറ്റിയ ഇനങ്ങൾ.

രണ്ടടി വ്യാസമുള്ള തടങ്ങൾ രണ്ടുമീറ്റർ അകലത്തിൽ എടുത്ത് അഞ്ച് വിത്തുകൾ വീതം ഓരോ തടത്തിലും നടണം. മുളയ്ക്കുമ്പോൾ ആരോഗ്യമുള്ള രണ്ട് തൈകൾ നിർത്തി ബാക്കിയുള്ളവ നശിപ്പിക്കുക. അടിവളമായി തടം ഒന്നിന് അഞ്ചു കിലോഗ്രാം

ചാണകം/കമ്പോസ്റ്റ്, 125 ഗ്രാം ഫാക്റ്റോമോസ്, 40 ഗ്രാം പൊട്ടാഷ് എന്നിവ നൽകാം.

വളം വിതരണം തുടങ്ങുമ്പോഴും പൂവിടാൻ തുടങ്ങുമ്പോഴും 40 ഗ്രാം യൂറിയവീതം തടത്തിൽ ചേർത്തുകൊടുക്കണം. വളംചേർക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ

ചെടികൾ നനച്ചുകൊടുക്കാൻ മറക്കരുത്. ജലസേചനം ആദ്യ സമയത്ത് മൂന്ന് ദിവസങ്ങളിൽ ഒരിക്കൽ മതിയാകും. പൂവിടുന്ന സമയത്ത് ഒന്നിടവിട്ടുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ നനയ്ക്കുക. ഫലങ്ങൾ മുപ്പത്തൊന്നുകുമ്പോൾ ജലസേചനത്തിന്റെ തോത് കുറയ്ക്കണം. അധിക

വളം ഫലങ്ങൾ വിണ്ടുകീറാൻ ഇടയാക്കും. ചെടികൾ പടരുന്നസമയത്ത് ഉണങ്ങിയ കരിയില, ഉണങ്ങിയ ചുളളിക്കമ്പുകൾ എന്നിവ തറയിൽ വിരിച്ച് പടരാനുള്ള സൗകര്യം ഒരുക്കണം. പൂവിരിഞ്ഞ് കാഴ്ചയുള്ള ഉണ്ടായിക്കഴിഞ്ഞാൽ കരിയിലയോ പേപ്പറോ ഉപയോഗിച്ച് കാഴ്ചയുള്ള മറയ്ക്കുന്നത് കായിച്ചയുടെ ശല്യം ഒഴിവാക്കാനും ഭംഗിയുള്ള ഫലങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കും. ചെടികൾ നട്ട് മൂന്ന്, നാല് മാസത്തിനുള്ളിൽത്തന്നെ മുപ്പത്തിയ ഫലങ്ങൾ വിളവെടുക്കാം.

(കോഴിക്കോട് ജില്ലയിലെ കൂത്താളിയിലെ കൃഷി അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടറാണ് ലേഖകൻ)